



令和4年1月16日発行
熊本県立湧心館高等学校

今月のテーマ「災害時のケア」

皆さんは阪神・淡路大震災をご存じですか？今から27年前の1995年（平成7年）1月17日に発生した兵庫県南部地震により発生した災害です。6000人を超える犠牲者と全半壊家屋約25万棟、10兆円を超える甚大な被害をもたらしました。一方で、この経験が生活様式や災害対策への考え方に大きな変化を与えました。

■阪神・淡路大震災後の生活様式や災害対策の考え方の大きな変化（具体例）

- ①災害ボランティアが定着し、1995年は「ボランティア元年」と呼ばれています。
- ②1996年4月に体感観測を全廃し、震度計観測に完全移行するとともに、幅が大きかった震度5と6にそれぞれ「弱」と「強」の10段階としました。
- ③大規模災害対応の高度な救出救助能力を有する隊員と装備で編成される消防救助機動部隊（ハイパーレスキュー）が1996年12月、東京消防庁に発足しました。
- ④震災時は初期医療の遅れが露呈し、2005年に厚生労働省の日本DMAT（ディーマット）が発足。基本的に1チーム5人（医師1人、看護師2人、業務調整員2人）で構成され、要請があれば現場に3日～1週間滞在して活動します。
- ⑤メーカーごとでガスボンベのサイズや構成部品が異なっていたことが教訓となり、1998年2月に日本工業規格が改正され、ボンベの形状が1種類に規格化されました。
- ⑥水道の湯水混合水栓のレバーは、震災前まではレバーを上げると止まる「上げ止め式」でしたが、震災でレバー周辺の物が落下して水道水が出しっぱなしの事例が多発したため、震災後はレバーを下げると止まる「下げ止め式」が普及しました。
- ⑦一般的な火災保険では、地震・津波・噴火による損害は保障されず、1966年に地震保険がスタートしたが、加入率低迷で阪神・淡路大震災前の契約件数は約397万世帯（世帯加入率9.0%）でした。しかし、震災を契機に約518万世帯（世帯加入率11.6%）と前年比30%増の伸び率を記録し、2018年度の地震保険の契約件数は約1883万世帯（世帯加入率32.2%）まで上昇しています。



■阪神・淡路大震災から学ぶ「いまそなえておきたい3つのこと」

- ① 日頃から家や家の中の安全を確認する。
東日本大震災及び熊本地震においても同じことが言えるのかもしれませんが、震災時、多くの方の命を奪ったのは、建物の倒壊や家具などの転倒でした。
- ② 持ち出し袋や備蓄品を用意する。
地震直後、兵庫県では127万戸が断水。数週間以上にわたる断水生活を余儀なくされました。これまでの過去の「ぼうさい通信」にも何度か記載されており、皆さんも準備されているかもしれませんが、【0次】いつも持ち歩くもの、【1次】非常時の持ち出し袋、【2次】ライフラインが途絶えたときのための備蓄品を普段より用意をしておく、と安心なのではないでしょうか。

【0次】いつも持ち歩くもの

- ・非常時に必要でかつ普段使用する物は常時使用のバックに一つにまとめましょう。

【1次】非常時の持ち出し袋

- ・防水機能のあるリュックや、中にある程度小分けにし、空気を抜いた状態でビニール袋等に入れておくと、より必要な物を一まとめにすることができます。

項目	必要物	備考（実例など）
水	飲料水	一人 1.5L 程度。
食	携帯食	チョコレート、キャンディー、栄養補給・調整食品など。
	非常食	乾パンなど、水・調理なしでそのまま食べられるもの。
装備	ヘルメット	防災ずきんなども可能。
	手袋（作業用）	革製など丈夫な素材のものを。
	運動靴	
	懐中電灯	
道具	万能ナイフ類	ハサミ、ナイフ、缶切りなどの複合ツールが便利。
	ロープ（10m 程度）	救助・避難はしごの代用。体重を支えられる太さ。
情報	携帯ラジオ	ライトや携帯電話充電など複合機能でスピーカー付がよい。
	連絡先メモ	
	身分証明書（コピー）	健康保険証、運転免許証、パスポートなど。
	筆記用具	メモ帳とペン。
	油性マジック	伝言を書くのにも使える。
	現金	公衆電話用に 10 円、100 円玉が必要。 携帯・自宅電話が繋がらないときのため。
	救急	救急用品セット
	毛抜き	とげ抜き、ピンセットとして使える。
	持病薬・常備薬	合わせて処方箋のコピーも。
衛生	マスク	防寒用としても重要。
	簡易トイレ	
	トイレットペーパー	汎用性が高い。
	ウェットティッシュ	水がないとき役に立つ。
防寒	使い捨てカイロ	サバイバルブランケット等も可（非常時の軽量簡易防寒具）。
汎用	タオル	汚れの拭き取り、ケガの手当て、下着の代用など高い汎用度。
	安全ピン	タオルを留めて下着の代用として使うこともできる。
	ポリ袋	大小あわせて 10 枚程度。汎用性が高い。
	ビニールシート類	レジャーシート・ブルーシート。
	ライター（マッチ）	暖房器具への点火などに。マッチよりも使い勝手がよい。
	布ガムテープ	屋外に伝言メモを貼るなど多用途に使える。
	衣	雨具（雨がっぱなど）
住	ふろしき	何かを包む、敷いて防寒対策など汎用性が高い。
	予備電池（バッテリー）	

【2次】ライフラインが途絶えたときのための備蓄品

- ・数日分の水や日持ちのする食料などを家庭等でも保管しておきましょう。

※効率的な備蓄「ローリングストック（回転備蓄）法」…普段利用の缶詰やレトルト食品等を多めに購入し、消費分を常に補充すれば、一定量の食品を自宅内に確保できる方法。

③ 家族と避難場所や連絡方法を確認する。

発災時に家族と一緒にいるとは限りません。今年7月発刊の「ぼうさい通信 Vo. 46」で「くまもとマイタイムライン」に触れましたが、各家庭などで実際に作成、掲示していますか？「くまもとマイタイムライン（デジタル版 マイタイムライン）」（以下に記載）を活用されても良いかもしれません。出先で被災した際に、災害時の連絡手段や集合場所を決めて、普段から避難場所を見ておくことも大切です。

過去のぼうさい通信を見ることができます ◎ぼうさい通信（毎月16日発行）

本校HPにアクセスしてみよう。 <https://sh.higo.ed.jp/yusinkan/>

くまもとマイタイムライン（デジタル版 マイタイムライン）は、

<https://portal.bousai.pref.kumamoto.jp/timeline/#/>で作成可能です。